

घबराहट हो

फ़ज़्र की नमाज़ के बाद इस आयत को 21 बार पढ़कर पानी में दम करके मरीज़ को पिलाएं, यह अमल 21 दिन तक जारी रखें-

رَبَّنَا لَا تُزِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا

وَهَبْ لَنَا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً ۝

إِنَّكَ أَنْتَ الْوَهَّابُ ०

रब्बना ला तुज़िगा कुलूबना बअ-द इज़ हदै-तना व
हब लना मिल्लदुन-क रह-म-तन इन्-न-क अन्तल
वहहाब०

(सूर: आल-ए-इमरान, 8)

तर्जुमा:- "ऐ हमारे परवरदिगार! हमारे दिलों को टेढ़ा न कीजिए बाद इसके कि आप हमको हिदायत कर चुके हैं, और हमको अपने पास से (खास) रहमत अता फ़रमाइए, बेशक आप बड़े अता फ़रमाने वाले हैं।"